

次の時代へ

自分らしく、しなやかに生きる講座

令和の時代が始まります。

自分らしくとは？

使命を受け取って、人生をもっと輝かせましょう



筆文字とコーチングのコラボ企画！ 『使命』を紐解いてもらい『書』で持ち帰ってください。さらに『自分らしく』をコーチングの視点で一緒に観ていきましょう

令和元年5月3日(祝金)

第1部 10:00～13:00(軽食付き)

第2部 13:30～16:30(スイーツ付き)

定員 各5名(1部または2部をお選びください)

参加費 3500円(税込)当日お支払いください

会場 地下鉄長町駅より徒歩2分

(お申込みの方に詳細をお知らせいたします)

メンタルトレーナー・コーチ 下村留美子

夫との死別により子育てへの不安から、コーチングに出会う『人の話を聴けていない自分』『自分を感じることが弱い自分』に気づき、とことんトレーニングをする。その後も『自分を知る』ことに取り組み、余計なプライドやよく思われたい、認められたい欲求を手放すことができ、『素』の自分を取り戻す。その方が人生楽しくて面白くて、毎日が充実。いつでも自然体でフラットなメンタルで過ごせるようメンタルトレーニングを提供している。

天然自然流書描師 紅風

若いうちに苦勞が多かった私。自己肯定感が低く、自分らしさを出すことができない人で、人の言いなりになって生きていました。東日本大震災のとき、人生や命について考えるようになりました。見えない世界へ興味を持つようになり、意識の世界、宇宙、生き方などを学ぶようになりました。様々な仕事をする中、どうしても仕事があまくいかず、ある人の門をたたきます。「君はこの仕事をする人ではないよね。」第一声いわれた言葉。自分でもわかっていた。そこから、自分の鎧や壁をぶち壊していく様々な経験と体験をしてきました。私は書くことで生き方を伝えていく。そう気づくと世界観は変わり、周りにも変わり、驚くほど自分の行動のスピードは変わりました。もう無理すること、やりたくないことはしたくない。そう言える自分になりました。

いろんなものを抱え、自分らしく生きられない方へ紅風が言葉を投げかけます。

あなたにもできますよ。

自分らしく生きること。

さあ、紅風と一緒に人生のステージへ昇っていきましょう

HPより <https://qoosyogakuka.amebaownd.com/>



主催 クレール 担当(下村)

お問い合わせ・お申込み

clair.rumiko@gmail.com

TEL 090-4049-7135